

راهنمای پرتودرمانی برای کودکان

نوشته: جیووانی کوی ودو
ترجمه: سیاوش ایمانی پیرسرایی

به راهنمای پرتودرمانی برای کودکان خوش آمدید.

این راهنما برای کودکان مبتلا به سرطان و خانواده هایشان نوشته شده.

با هم درباره پرتودرمانی و نحوه عملکرد آن یاد خواهیم گرفت.

کلماتی که زیرآنها خط کشیده شده است، در بخش واژه نامه در صفحه آخر توضیح داده خواهند شد.



فهرست مطالب

پرتودرمانی چیست؟

اول از همه، بیایید درباره سرطان یاد بگیریم!

بدن ما از سلول‌های بسیار کوچکی ساخته شده است که با چشم دیده نمی‌شوند. گاهی این سلول‌های خوب، بد می‌شوند و شروع به آسیب رساندن به سلول‌های خوب دیگر می‌کنند، که این اتفاق باعث ایجاد سرطان می‌شود. این سلول‌های بد، توموری را تشکیل می‌دهند که ممکن است قابل مشاهده باشد یا نباشد. سرطان مسری نیست، یعنی شما نمی‌توانید سرطان را از فرد دیگری بگیرید.

اگر به سرطان مبتلا باشید، ممکن است با پرتودرمانی تحت درمان قرار بگیرید. پرتودرمانی یک روش درمانی برای از بین بردن سلول‌های سرطانی بد است. در این روش، پرتوهای نامرئی انرژی با استفاده از دستگاه ویژه‌ای به نام شتاب‌دهنده خطی به بدن تابانده می‌شوند. این پرتوها هیچ دردی ندارند؛ در واقع، شما هنگام درمان اصلاً چیزی احساس نخواهید کرد!





آشنایی با تیم درمان

اگر سرطان دارید، نگران نباشید!

افراد زیادی هستند که می‌توانند به بهبودی شما کمک کنند.

در اینجا برخی از افرادی که در طول درمان با آن‌ها آشنا خواهید شد، معرفی می‌شوند:

متخصصان آنکولوژی پرتویی پزشکانی هستند که در زمینه پرتودرمانی و سرطان تخصص دارند.

آن‌ها یک برنامه درمانی برای از بین بردن سرطان شما طراحی می‌کنند.

تکنسین‌های پرتودرمانی افرادی هستند که دستگاه پرتودرمانی را برنامه‌ریزی می‌کنند تا پرتوهای لازم را به بدن شما برسانند.

آن‌ها همچنین در صورت نیاز، به شما کمک می‌کنند تا در قالب بدن یا ماسک پرتودرمانی خود قرار بگیرید.

آشنایی با تیم درمان

پرستاران آنکولوژی پرتویی ممکن است در هر ویزیت فشار خون، وزن و قد شما را اندازه‌گیری کنند.

آن‌ها همچنین می‌توانند به شما در مدیریت عوارض جانبی پرتودرمانی کمک کنند.

متخصصان بیهوشی پزشکانی هستند که در طول پرتودرمانی به شما داروی مخصوص خواب‌آور می‌دهند و پس از پایان درمان، شما را بیدار می‌کنند.

شما فقط در صورتی به این پزشک نیاز خواهید داشت که نتوانید بی‌حرکت بمانید یا بیش از حد نگران باشید و نتوانید در طول درمان بیدار بمانید.

متخصصان زندگی کودک وظیفه دارند که شما را راحت نگه دارند و با شما بازی کنند تا احساس بهتری داشته باشید.



قرار ملاقات تنظیم موقعیت

قبل از شروع درمان، شما یک قرار ملاقات تنظیم موقعیت خواهید داشت که در آن، شما و دستگاه پرتودرمانی برای درمان آماده می‌شوید.

در این روز، تکنسین‌های پرتودرمانی از برنامه درمانی که متخصص آنکولوژی پرتویی برای شما طراحی کرده است، استفاده می‌کنند تا دستگاه را در موقعیت مناسب برای هدف قرار دادن سلول‌های سرطانی تنظیم کنند.

ابتدا یک سی‌تی اسکن انجام می‌دهید که به تکنسین‌ها نشان می‌دهد بدن شما در چه وضعیتی قرار دارد.

سپس، آن‌ها با یک ماژیک، نقاطی روی بدن شما علامت‌گذاری می‌کنند تا دستگاه پرتودرمانی در جای درست قرار گیرد.

بعداً ممکن است روی این نقاط یک خالکوبی کوچک بزنید که به ثابت ماندن علامت‌ها در جلسات بعدی کمک می‌کند.



قرار ملاقات تنظیم موقعیت

برای ثابت نگه داشتن بدن شما روی تخت درمان، یک قالب بدن ساخته می‌شود.

این قالب شبیه یک کیسه‌ی پر از دانه‌های نرم است که به شکل بدن شما در می‌آید.

اگر سرطان در سر، گردن یا قفسه سینه شما باشد، برایتان یک ماسک پرتودرمانی ساخته می‌شود.

تکنسین پرتودرمانی یک ورقه نازک از پلاستیک مشبک را در یک فر مخصوص یا آب گرم قرار می‌دهد تا نرم و انعطاف‌پذیر شود.

سپس، آن را روی صورت، گردن یا قفسه سینه شما قرار داده و با یک حوله خنک روی آن می‌کشد تا سفت شود.

شما می‌توانید از داخل ماسک پرتودرمانی به‌راحتی نفس بکشید، و هنگام قرار گرفتن روی صورت، مثل یک حوله گرم و مرطوب احساس می‌شود.

بعد از اینکه ماسک شما سفت شد، گاهی می‌توانید آن را به رنگ یا طرح دلخواه خودتان نقاشی کنید، مثلاً شبیه شخصیت مورد علاقه‌تان!

قالب بدن و ماسک پرتودرمانی (در صورت داشتن آن) در مرکز درمانی نگهداری خواهند شد.



تجربه بستری در بیمارستان

اگر در مدت درمان در بیمارستان بستری باشید، به شما بیمار بستری (Inpatient) گفته می‌شود.

در اینجا یک روز درمانی برای بیماران بستری را توضیح می‌دهیم:

ابتدا، یک پرستار، متخصص زندگی کودک یا یک بزرگسال دیگر شما را با ویلچر یا برانکارد از اتاقتان به اتاق آماده‌سازی می‌برد.

در آنجا، پرستار علائم حیاتی شما را بررسی می‌کند و در صورتی که خط PICC (یک لوله مخصوص برای دریافت دارو یا مایعات) داشته باشید، آن را تمیز و آماده می‌کند.



تجربه بستری در بیمارستان

اگر در طول درمان نمی‌توانید بی‌حرکت بمانید، متخصص بیهوشی به شما دارویی می‌دهد تا احساس راحتی کنید و تا پایان درمان به خواب بروید.

والدین شما می‌توانند تا زمانی که به خواب بروید، در کنارتان بمانند.

اگر نیازی به خوابیدن در طول درمان نداشته باشید، شما را با ویلچر یا برانکارد به اتاق پرتودرمانی می‌برند.

تکنسین‌های پرتودرمانی به شما کمک می‌کنند تا روی تخت مخصوص در قالب بدن خود قرار بگیرید و در صورت نیاز، ماسک پرتودرمانی را روی صورتتان بگذارند.

والدین شما می‌توانند تا لحظه شروع پرتودرمانی در کنارتان باشند.



تجربه درمان سرپایی

اگر در طول درمان در بیمارستان بستری نیستید و به صورت سرپایی درمان می‌شوید، شما یک بیمار سرپایی خواهید بود.

شما به بیمارستان یا مرکز درمانی می‌آیید و در اتاق انتظار می‌نشینید تا زمان قرار ملاقاتتان فرا برسد.

وقتی وقت ملاقات شما رسید، به اتاق تعویض لباس می‌روید و لباس بیمارستانی می‌پوشید.

سپس به اتاق پرتودرمانی می‌روید و آماده درمان می‌شوید. اگر قرار است داروی خواب‌آور دریافت کنید، این دارو قبل از شروع درمان به شما داده می‌شود.

بعد از درمان، می‌توانید به خانه بروید و هر روز کاری (روزهای هفته) تا پایان درمان به مرکز درمانی باز خواهید گشت.



یک روز درمان

بعد از اینکه در قالب بدن یا ماسک پرتودرمانی قرار گرفتید، تخت درمان جابه‌جا می‌شود تا لیزرهای دستگاه با علامت‌ها یا خالکوبی‌های روی بدن یا ماسک شما هم‌راستا شوند.

سپس، تکنسین‌های پرتودرمانی اتاق را ترک می‌کنند و شما تنها در اتاق خواهید بود.

آنها باید بروند چون سرطان ندارند و پرتوها فقط برای شما هستند و نه کسی دیگر.

نگران نباشید، تکنسین‌ها و والدین شما هنوز می‌توانند از طریق صفحه‌های نمایش بیرون اتاق شما را ببینند و بشنوند.

همچنین، آنها می‌توانند از طریق اسپیکرهای داخل اتاق با شما صحبت کنند.

هنگامی که پرتودرمانی شروع می‌شود، ممکن است دستگاه را در حال حرکت اطراف خود ببینید.

این به این معناست که دستگاه در حال ارسال پرتوها به شماست، حتی اگر شما نتوانید پرتوها یا انرژی تابیده شده را ببینید یا احساس کنید.



بعد از درمان

در این زمان می‌توانید چشمانتان را ببندید، استراحت کنید و به موسیقی یا کتاب صوتی که همراه خود آورده‌اید گوش دهید.

این کار می‌تواند کمک کند که درمان راحت‌تر بگذرد.

پرتودرمانی معمولاً فقط چند دقیقه طول می‌کشد تا تمام شود.

بعد از پایان درمان، تکنسین‌های پرتودرمانی به شما کمک می‌کنند تا از قالب بدن یا ماسک پرتودرمانی خود خارج شوید.

اگر در طول درمان خواب بودید، متخصص بیهوشی شما را در اتاق ریکاوری بیدار می‌کند و پرستار از شما مراقبت خواهد کرد.

حالا می‌توانید لباس‌های خود را تعویض کرده واگر بیمار سرپایی هستید، به خانه بروید یا اگربیمار بستری هستید، به اتاق بیمارستان خود برگردید.

روند درمان شما در طول هفته، قبل، حین و بعد از هر درمان یکسان خواهد بود.

در برخی روزها، شما با متخصص آنکولوژی پرتویی خود ملاقات خواهید کرد تا در مورد پیشرفت درمان صحبت کنید و در صورت نیاز به درمان عوارض جانبی، به شما کمک کنند.



نکات درمانی

ایده‌هایی برای همراه بردن:

چیزی برای نگه داشتن: یک عروسک نرم، پتو یا اسباب‌بازی کوچک که می‌توانید در طول درمان آن را نگه دارید.

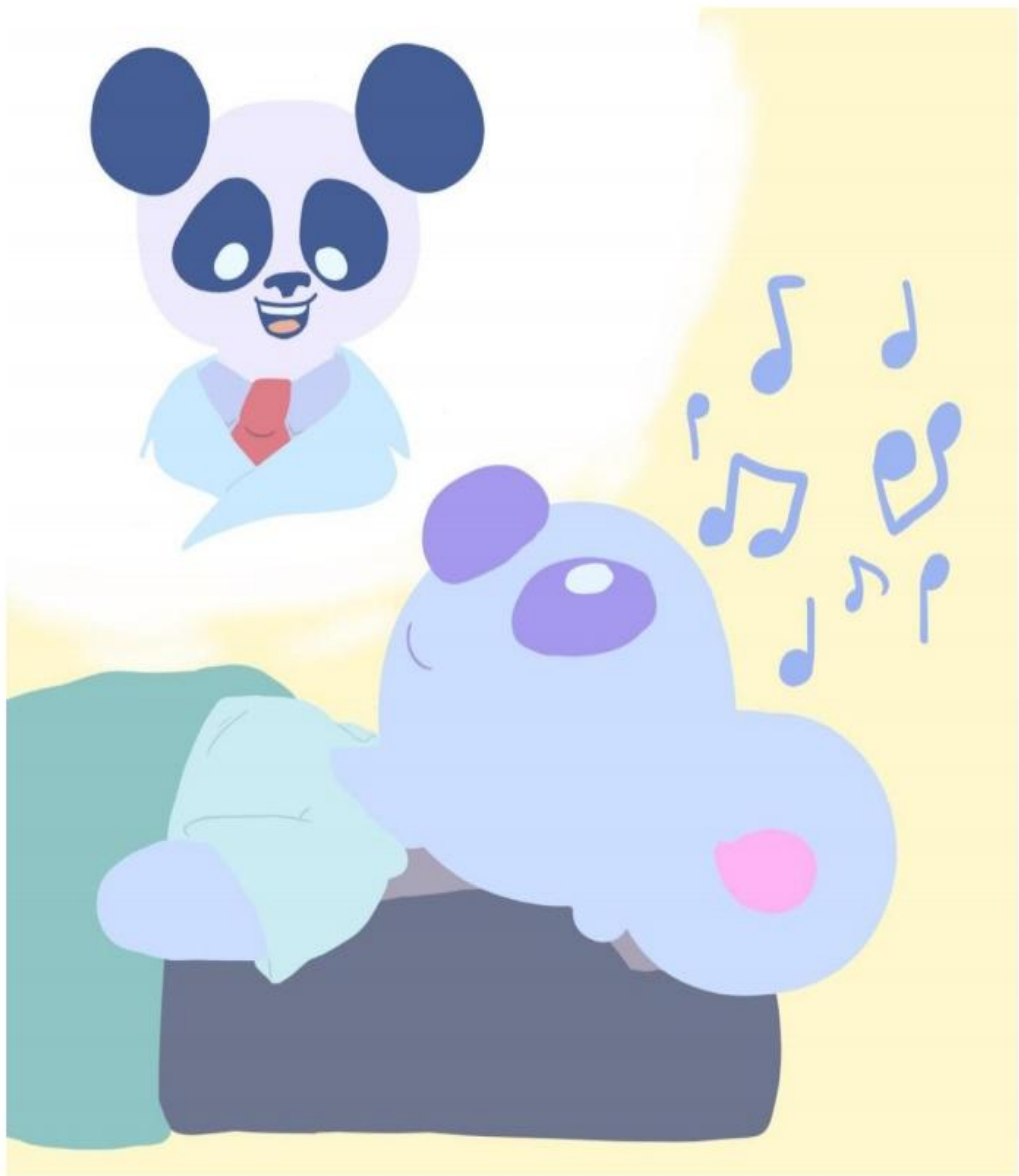
چیزی برای گوش دادن: یک کتاب صوتی یا یک لیست پخش از موسیقی مورد علاقه‌تان که می‌توانید از بلندگوهای اتاق پرتودرمانی پخش کنید.

نکات دیگر:

اگر ماسک پرتودرمانی دارید، از متخصص زندگی کودک یا یکی از اعضای تیم درمانی بپرسید که آیا می‌توانند آن را برای شما رنگ‌آمیزی کنند.

اگر قرار نیست در طول درمان بخوابید، تمرین کنید که بی‌حرکت روی یک سطح صاف دراز بکشید.

اگر در مورد چیزی گیج هستید، از اعضای تیم پرتودرمانی سوال کنید. این کار می‌تواند به شما کمک کند تا کمتر احساس نگرانی کنید.







جیوانا کوئودو پس از آنکه مادرش به سرطان سینه مبتلا شد و برای درمان پرتودرمانی معرفی شد، الهام گرفت تا کتاب «راهنمای کودکانه برای پرتودرمانی» را بنویسد.

برای آماده‌سازی نوشتن کتابش، او در جلسات پرتودرمانی مادرش شرکت کرد، در کنار کارکنان پرتودرمانی وقت گذراند و ماسک پرتودرمانی از چهره‌اش ساخته شد.

جیوانا دانشجوی ممتاز دانشگاه ایالتی کالیفرنیا، لانگ بیچ است و دریافت‌کننده‌ی بورس تحصیلی رئیس‌جمهور بوده و قصد دارد شغلی در زمینه پزشکی دنبال کند. در اوقات فراغت، او یک نماینده دختران پیشتاز (Girl Scout Ambassador) است که عاشق کایاک سواری در اقیانوس، نواختن فلوت و داوطلبی در جامعه خود است!

جیوانا امیدوار است کتابش بتواند به کودکان و خانواده‌هایشان کمک کند و آرامش ببخشد، در حالی که آن‌ها برای آغاز سفر به سوی درمان و بهبودی امیدبخش آماده می‌شوند.

تشکر و قدردانی

کتاب «راهنمای کودکانه برای پرتودرمانی» بدون مراقبت و تعهد کارکنان بیمارستان کودکان و زنان میلر امکان‌پذیر نمی‌بود. از همه مهم‌تر، من از مربی‌ام، مدیر زندگی کودک، ریتا گاشرت سپاسگزارم که هر قدم از مسیر مرا هدایت کرد و از ابتدای پروژه به آن ایمان داشت.

در مراحل اولیه نوشتن کتابم، با متخصصان معتبر زندگی کودک، آدریان ویلیامز و استیسی مارتینز آشنا شدم که در زمینه پرتودرمانی به من آموزش دادند و تور بخش پرتودرمانی بیمارستان لانگ بیچ مموریال را برایم ترتیب دادند. در حین برنامه‌ریزی، ویرایش و اصلاح کتابم، از مشاوره‌های متخصصان معتبر زندگی کودک، آلیسون سینگی و لوردا مارکز سپاسگزارم.

تصاویر بخش مهمی از پروژه‌ام بودند. نالا هالی، طراح اصلی تصاویر من، ساعات زیادی از وقت خود را به تولید آثار هنری تأثیرگذار اختصاص داد. علاوه بر این، یک بیمار پرتودرمانی کودک با مهربانی تجربه‌اش را از طریق هنر خود که در پایین آمده، به اشتراک گذاشت.

همچنین می‌خواهم از معلم سابق زبان اسپانیایی دبیرستانم، خانم سانچز برای ویرایش ترجمه‌های اسپانیایی‌ام تشکر ویژه‌ای کنم.

و از همه مهم‌تر، از پدر و مادرم به خاطر اختصاص دادن وقتشان، مشاوره دادن به من و الهام‌بخش بودن برای کارم، صمیمانه تشکر می‌کنم.



توسط یک بیمار کودک هفت ساله در بیمارستان کودکان و زنان میلر کشیده شده است.

واژه‌نامه

قالب بدن: برای ثابت نگه داشتن شما در طول درمان استفاده می‌شود و شبیه به یک کیسه دانه است.

سرطان: یک بیماری است که زمانی رخ می‌دهد که یک سلول در بدن شما خراب شود.

سلول‌ها: موجودات زنده ریزی در بدن شما که به شما زندگی می‌دهند.

سی‌تی اسکن: یک نوع اشعه ایکس است که به تکنسین‌های پرتودرمانی نشان می‌دهد که کجا باید پرتودرمانی کنید.

دستگاه شتاب‌دهنده خطی: دستگاهی است که پرتودرمانی را انجام می‌دهد.

خط PICC: لوله نازکی است که برای مدت طولانی در رگ شما باقی می‌ماند وقتی که نیاز به دریافت مایعات یا دارو از طریق IV دارید.

پرتو درمانی: پرتوهای انرژی که می‌توانند سرطان را از بین ببرند.

ماسک پرتودرمانی: برای ثابت نگه داشتن سر شما در صورت ابتلا به سرطان سر، گردن یا قفسه سینه استفاده می‌شود.

پرتودرمانی: درمانی است که برای از بین بردن سرطان از پرتوها استفاده می‌کند.

تومور: تجمعی از سلول‌های سرطانی که ممکن است شما قادر به دیدن آن نباشید.